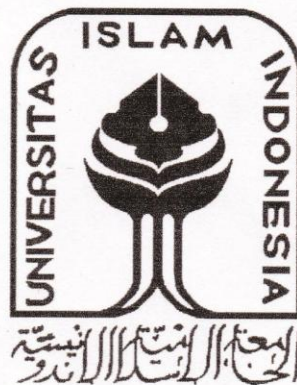


NASKAH PUBLIKASI

**HUBUNGAN ANTARA KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF DAN
KECANDUAN *GAME ONLINE* PADA REMAJA DI YOGYAKARTA**



Oleh :

Ilham Kurnia Widiarto

13320077



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA**

2018

NASKAH PUBLIKASI

**HUBUNGAN ANTARA KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF DAN
KECANDUAN *GAME ONLINE* PADA REMAJA DI YOGYAKARTA**



Oleh :

Ilham Kurnia Widiarto

13320077

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA**

2018

NASKAH PUBLIKASI

**HUBUNGAN ANTARA KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF DENGAN
KECANDUAN *GAME ONLINE* PADA REMAJA DI YOGYAKARTA**



Dosen Pembimbing Utama

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Resnia".

(Resnia Novitasari, S.Psi., M.A)

NASKAH PUBLIKASI

RELATIONSHIP BETWEEN SUBJECTIVE WELL-BEING AND ONLINE GAMES ADDICTION IN ADOLESCENT IN YOGYAKARTA

Ilham Kurnia Widiarto

Resnia Novitasari

ABSTRACT

The aim of this study was to determine the relationship between subjective well-being and online game addiction in adolescent in Yogyakarta. The hypothesis in this study was there is a negative relationship between subjective well-being and online game addiction in adolescents. The instrument for measure subjective well-being were consisted of two scales which adapted include a life satisfaction scale which is developed by Diener, et al (1985) named Scale with life satisfaction (SWLS) and measuring feeling scale which is developed by Biswas and Diener (2009) named Scale of Positive and Negative Experience (SPANE), and then, researchers use game addict scale (GAS) which is developed by Lemmens, et al (2009) for measure online games addict in adolescent. Participants in this study were teenagers in Yogyakarta and involved 102 participants, with an age range of 15 to 21 years. Data analysis in this study using Product Moment Pearson. Based on data analysis, there was a significant correlation between subjective well-being with online game addiction. Correlation analysis showed the coefficient value $r = -0.468$ with $p = 0.000$ ($p < 0.05$). This shows that the hypothesis in this study Accepted. The study also conducted more analytical tests based on age, education, pocket money, types of games being played, and tools used for play, discussions related to the results will be discussed further.

Keywords : subjective well-being, online game addiction, adolescent

NASKAH PUBLIKASI

HUBUNGAN ANTARA KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF DAN KECANDUAN *GAME ONLINE* PADA REMAJA DI YOGYAKARTA

Ilham Kurnia Widiarto

Resnia Novitasari

INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kesejahteraan subjektif dengan kecanduan *game online* pada remaja di Yogyakarta. Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada hubungan negatif antara kesejahteraan subjektif dengan kecanduan *game online* pada remaja. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur kesejahteraan subjektif terdiri dari dua skala yaitu kepuasan hidup yang dikembangkan oleh Diener, dkk (1985) yaitu *Scale with Life Satisfaction* (SWLS) dan skala pengukuran perasaan yang dikembangkan oleh Diener dan Biswas (2009) yaitu *Scale of Positive and Negative Experience* (SPANE), kemudian peneliti menggunakan *Game Addict Scale* (GAS) yang dikembangkan oleh Lemmens, dkk (2009) untuk mengukur kecanduan *game online* pada remaja. Partisipan dalam penelitian ini yaitu remaja yang berada di Yogyakarta dan berjumlah 102 orang, dengan rentang usia 15 hingga 21 tahun. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan *Product Moment Pearson*. Berdasarkan analisis data, terdapat hubungan yang signifikan antara kesejahteraan subjektif dengan kecanduan *game online*. Analisis korelasi menunjukkan nilai koefisien $r = -0.468$ dengan $p = 0.000$ ($p < 0.05$). Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima. Penelitian ini juga melakukan uji analisis tambahan berdasarkan jenjang usia, jenjang pendidikan, uang saku, jenis *game* yang dimainkan, serta perangkat yang digunakan untuk bermain, diskusi terkait dengan hasil akan dibahas lebih lanjut.

Kata Kunci : kesejahteraan subjektif, kecanduan *game online*, remaja

PENGANTAR

Di era globalisasi sekarang ini perkembangan di bidang teknologi sangat cepat. Perkembangan dalam bidang teknologi juga dapat membuat kita mudah untuk melakukan percakapan dengan orang yang jauh dari mana saja, pencarian datapun sekarang dapat dilakukan di depan monitor tanpa harus mencari di buku (Amanda, 2016). Selain berpengaruh pada bidang komunikasi perkembangan dalam bidang teknologi juga sangat berpengaruh dalam bidang hiburan salah satunya di bidang permainan. Di zaman sekarang kita dapat memainkan permainan bersama orang lain di depan monitor atau komputer tanpa harus keluar rumah (Harsono, 2014). Semua hal tersebut dapat dilakukan dengan koneksi internet dan disebut juga dengan *game online*.

Menurut APA (*American Psychiatric Association*) dalam DSM-5 IGD (*Internet Gaming Disorder*) atau kecanduan *game* internet adalah penggunaan *game* internet yang berlebihan dan berkepanjangan yang dapat memunculkan gejala kognitif dalam berperilaku, mudah kehilangan kendali, mentoleransi lamanya bermain *game*, dan menarik diri dari kehidupan bersosial. Seperti kecanduan pada zat, pemain *game* terbiasa untuk menghabiskan waktunya untuk duduk dan bermain di depan layar monitor dalam waktu yang lama dan mengabaikan aktivitas lainnya.

Menurut APA juga terdapat 9 Kategori untuk melihat kecanduan *game online* pada seseorang, diantara 9 kategori tersebut apabila seseorang sudah mengalami 5 atau lebih dari kategori tersebut menandakan bahwa ada gangguan

internet gaming. Kategori tersebut antara lain apabila seseorang sudah keasyikan pada *game online*, merasa sedih dan gelisah jika tidak bermain, toleransi waktu yang dihabiskan untuk bermain, usaha yang gagal untuk mengurangi kebiasaan bermain, hilangnya minat pada hobi lain selain bermain *game*, tetap bermain meskipun tahu akan mengalami masalah pada kehidupan psikososial, sering menipu tentang lama waktu bermain, bermain internet untuk melarikan diri dari masalah, membahayakan kehidupan bersosial, bekerja, dan sekolah.

Data dari APJII (Asosiasi Jasa Penyelenggara Internet Indonesia) pengguna internet di Indonesia pada tahun 2014 mencapai 88,1 juta orang. Pengguna internet di Indonesia pun terus meningkat dari tahun ke tahun. Di tahun 2016 pengguna internet di Indonesia sudah mencapai 132,7 juta orang, ini menandakan dalam dua tahun pengguna internet di Indonesia bertambah sekitar 66% (Asosiasi Jasa Penyelenggara Internet Indonesia, 2016).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan APJII alasan penggunaan internet di Indonesia cukup beragam dan salah satunya digunakan untuk hiburan. Pada tahun 2016 penggunaan internet untuk hiburan sebesar 96,8%. Hiburan yang biasa dilakukan oleh pengguna internet biasanya berupa menonton *video*, melihat tayangan olahraga, mendengarkan musik dan bermain *game online* yang sekarang ini sudah sangat banyak diminati oleh remaja maupun orang dewasa. Menurut Eva, sebagaimanaging director PT. Megaxus Infotech peningkatan pemain *game online* di Indonesia meningkat sekitar 10% setiap tahunnya (<http://www.tribunnews.com>).

Game online sebelumnya difungsikan untuk media hiburan, penghilang stres saat banyak pikiran dan biasanya bermain *game online* dapat menjadi hobi yang memberi pengaruh yang positif, karena didalam *game online* kita bisa berkomunikasi dengan orang lain serta menjalin kerjasama dengan orang lain. *Game online* juga mampu meningkatkan motivasi belajar pada seseorang. Hal ini dibuktikan dengan penelitian Angela (2013) pada anak kelas lima dan enam di Samarinda. Selain itu seseorang yang sering memainkan *video game* juga dapat meningkatkan kemampuan matematika serta kemampuan untuk pemecahan masalah (Harsono , 2014).

Game online memang memiliki beberapa manfaat akan tetapi ada juga beberapa *game online* yang memang disajikan dengan unsur kekerasan seperti contohnya membunuh, mencuri, karakter di *game* yang secara otomatis mengeluarkan kata kasar dan banyak yang menunjukkan konten dewasa seperti contohnya *game Grand Theft Auto(GTA)*, *Point Blank(PB)*, *Dragon Nest*, *Rising Force*, *DOTA*, *CS GO* (<http://www.kotakgame.com>), masih banyak lagi *game* yang menghadirkan konten kekerasan yang banyak dimainkan remaja zaman sekarang. Tidak sedikit dari pemain *game online* sekarang yang meniru kelakuan dari karakter *game* yang dimainkannya.

Penelitian yang dilakukan oleh Satria, Nurdin dan Bactiar (2015) yang dilakukan pada murid SD di kota Padang, menyatakan bahwa kecanduan *game* yang mengandung unsur kekerasan berkorelasi terhadap sikap agresif dari seseorang. Menurut Harsono (2014) *game online* memberi pengaruh positif pada otak yaitu meningkatkan kemampuan matematika dan pemecahan masalah, akan

tetapi menurut penelitian yang dilakukan oleh Ko, dkk (2009) menunjukkan bahwa seseorang yang kecanduan *game online* menunjukkan pola aktivitas otak yang sama dengan orang yang kecanduan zat zat terlarang. Hal tersebut dibuktikan dengan uji fMRI yaitu alat yang digunakan untuk pemindaian otak.

Selain menjadi agresif dan menunjukkan pola aktivitas otak yang sama dengan seseorang yang kecanduan zat terlarang, terlalu sering bermain *game online* dapat menyebabkan masalah yang serius pada kehidupan di sekolah, keluarga dan hubungan sosial (Brian & Peter, 2005). Pada kasus lain peneliti mewawancarai 6 orang pemain *game online* aktif dalam waktu yang berbeda pada tahun 2015. Semua *interviewee* menghabiskan waktu paling sedikit empat jam dalam satu hari dalam bermain *game* dan lebih lama jika hari libur. Dalam hal ini menurut Horigan (2002) seseorang yang sudah memainkan *game online* lebih dari 40 jam perbulan dapat dikategorikan sebagai pengguna *game online* berat.

Dari wawancara tersebut didapat hasil bahwa semua menghabiskan waktu untuk bermain *game online* untuk menghilangkan stress di kehidupan nyata dan mencari kesenangan. Selain itu semua *interviewee* juga merasa bahwa bermain *game online* mengganggu kegiatan mereka salah satunya kegiatan perkuliahan, beberapa dari *interviewee* berkata sering tidak hadir di kampus karena bermain *game* sampai larut malam. Kemudian semua *interviewee* merasa tidak nyaman jika tidak dapat bermain *game online*. Dari observasi dan wawancara yang dilakukan oleh peneliti, peneliti menyimpulkan bahwa hampir setiap *interviewee* yang diwawancara masuk dalam beberapa kategori kecanduan *game online* yang terdapat dalam DSM-5, seperti mengabaikan kewajiban untuk berkuliah, tidak

bisa menghentikan waktu saat bermain, menghabiskan terlalu lama untuk bermain, menjadikan *game online* sebagai pelarian masalah, tidak bisa lepas dari *game online* dan merasa tidak nyaman jika tidak dapat bermain *game*.

Dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti, ada dua dari *interviewee* yang mengabaikan kebutuhan penting seperti makan, dalam wawancara tersebut dua orang *interviewee* terkadang hanya makan satu kali dalam satu hari karena menurutnya saat bermain *game online* mereka jarang merasakan lapar. Hal tersebut tentu dapat mempengaruhi kesehatan dari *interviewee*.

Dari hasil wawancara tersebut peneliti merasa bahwa efek dari bermain *game online* dapat mempengaruhi kesejahteraan subjektif seseorang, karena walaupun *interviewee* merasa senang saat bermain tetapi setelah bermain semua *interviewee* merasa menyesal karena bermain terlalu lama, selain itu bermain *game online* juga menimbulkan masalah baru seperti sering tidak hadir saat kuliah dan mulai mengabaikan kesehatan karena jarang berolah raga. Hal tersebut menjadi faktor rendahnya kesejahteraan subjektif seseorang, karena faktor beberapa faktor dari kesejahteraan subjektif adalah merasa nyaman dengan lingkungan pendidikan dan pekerjaan serta memiliki kesehatan yang baik (Diener, 1999).

Ada juga faktor yang dapat mempengaruhi seseorang sehingga mengembangkan perilaku terhadap kecanduan *game online*, antara lain rasa kesepian, terlalu sering bermain *game*, dan kurang puasnya seseorang terhadap kehidupannya (Lemmens, dkk, 2009). Penelitian yang dilakukan oleh Lemmens,

Valkenburg, dan Peter (2009) menunjukkan bahwa kepuasan hidup dan kecanduan *game online* berkorelasi negatif.

Menurut Diener (2009) kesejahteraan subjektif adalah situasi yang mengacu pada kenyataan bahwa individu secara subjektif percaya bahwa kehidupan adalah hal yang menyenangkan dan baik. Menurut Diener juga bahwa indikator kesejahteraan subjektif seseorang dapat dilihat dari tingginya kepuasan hidup dan perasaan positif serta rendahnya perasaan negatif pada seseorang. Menurut Diener orang yang memiliki kualitas hidup yang mengagumkan memiliki kesejahteraan subjektif yang tinggi. Sebaliknya seseorang yang memiliki kesejahteraan subjektif yang rendah biasanya memiliki kontrol emosi yang buruk serta sering menganggap peristiwa dalam hidupnya tidak menyenangkan. Dari pendapat Diener tersebut dapat diartikan bahwa kualitas hidup yang buruk dapat mengurangi kesejahteraan subjektif seseorang yang juga dapat menjadi faktor seseorang untuk dapat menjadi kecanduan *game online*.

Dari pernyataan Diener diatas menyatakan bahwa seseorang yang memiliki kesejahteraan subjektif yang tinggi memiliki kontrol emosi yang baik, sedangkan dari penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Lemmens, Valkenburg, dan Peter (2009) membuktikan bahwa seseorang yang kecanduan *game online* memiliki kontrol emosi yang buruk.

Dari uraian di atas dan data yang diperoleh dari penelitian sebelumnya serta observasi dan wawancara yang dilakukan oleh peneliti maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "hubungan antara kesejahteraan subjektif dan kecanduan *game online* pada remaja di yogyakarta".

METODE PENELITIAN

Partisipan Penelitian

Partisipan dalam penelitian ini adalah remaja berusia 12 -22 tahun yang mengerti cara bermain *game onlinedan* masih memainkannya sampai sekarang, serta menghabiskan waktunya kurang lebih 2 jam selama satu minggu untuk bermain *game online*.

Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode skala. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Skala Kecanduan *Game online*

Penelitian ini menggunakan skala kecanduan *Game online* yang dikembangkan oleh Lemmens pada tahun 2009 yaitu (GAS) *Game addict scale*, skala ini terdiri dari dua puluh satu item yang dibuat berdasarkan tujuh aspek. Tujuh aspek tersebut antara lain :kepentingan, toleransi, *Mood Modification*, kambuh, menarik diri, konflik, masalah. Pada skala GAS partisipan akan diberikan lima jawaban yang menggambarkan kondisi yang dia rasakan dalam enam bulan terakhir. Penilaian yang diberikan pada GAS berada dalam rentang 1(satu) sampai 5 (lima) dengan ketentuan: nilai 5 untuk menunjukkan (SS) sangat sering, nilai 4 (S) sering, nilai 3 (KK) kadang kadang, nilai 2 (J) jarang, nilai 1 (SJ) sangat jarang.

2. Skala Kesejahteraan subjektif

Penelitian ini menggunakan dua skala untuk menentukan kesejahteraan subjektif seseorang, pertama skala kepuasan hidup SWLS

(*Scale With Life Satisfaction*) yang dikembangkan oleh Diener, dkk (1985) dan terdiri dari 5 *item*. yang kedua adalah SPANE (*Scale of Positive And Negative Experience*) yang dikembangkan oleh Diener, Biswas-Diener (2009), skala ini terdiri dari 12 *item* yang dibagi menjadi 6 afek positif dan 6 afek negatif. Skor yang diperoleh untuk mengetahui kesejahteraan subjektif seseorang didapat dari penjumlahan antara skor kepuasan hidup ditambah skor SPANE B (*Balance*). SPANE B didapat dari pengurangan SPANE P (*positive*) dikurangi SPANE N (*negative*).

SPANE dan SWLS mengacu pada model skala *likert*. Pada Skala SWLS nilai yang diberikan berada pada rentang 1 (satu) sampai 7 (tujuh), dengan ketentuannilai 7 (tujuh) untuk jawaban SS (sangat setuju), nilai 6 (enam) untukjawaban S (setuju), nilai 5 (lima) untuk jawaban AS (agak setuju), nilai 4(empat) untuk jawaban RR (rata rata), nilai 3 (tiga) untuk jawaban ATS (Agak tidak setujusetuju), nilai 2 (dua) untuk jawaban TS (tidak setuju), dan nilai 1 (satu)untuk jawaban STS (sangat tidak setuju).

Pada skala SPANE partisipan akan diberikan lima jawaban yang menggambarkan afek yang dia rasakan dalam satu bulan terakhir. Penilaian yang diberikan pada SPANE berada dalam rentang 1(satu) sampai 5 (lima) dengan ketentuan: afek positif, nilai 5 untuk menunjukan (SS) sangat sering, nilai 4 (S) sering, nilai 3 (KK) kadang kadang, nilai 2 (J) jarang, nilai 1 (SJ) sangat jarang.

Metode Analisis Data

Metode analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis kuantitatif dengan menggunakan teknik statistik. Sesuai hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini, maka teknik statistik yang akan digunakan adalah analisis korelasi *Product Moment* dari *Pearson*. Analisis akan dilakukan dengan menggunakan bantuan program *Statistical Package for Social Science (SPSS) 17.00 for Windows*.

HASIL PENELITIAN

Gambaran umum mengenai partisipan penelitian berdasarkan data yang didapatkan pada skala yang terlihat dapat dilihat pada :

Tabel 1

Tabel Deskripsi Penelitian berdasarkan Lama Bermain dalam Satu Minggu

Lama bermain dalam satu minggu	Jumlah Partisipan	Persentase (%)
1-10 jam	36	35,3%
11-20 jam	49	48%
21-30 jam	15	14,7%
Lebih dari 30 jam	2	2%
Total	102	100 %

Dari data diatas dapat dilihat bahwa lamanya waktu bermain *game online* partisipan 1- 10 jam dalam satu minggu sejumlah 36 orang, kemudian partisipan paling banyak menghabiskan waktu 11 - 20 jam untuk bermain dalam satu minggu sejumlah 49 orang dengan persentase 48%, partisipan yang menghabiskan waktu 21-30 jam dalam satu minggu berjumlah 15 orang dengan persentase 14,7% dan partisipan yang menghabiskan waktunya lebih dari 30 jam dalam seminggu untuk bermain *game* berjumlah 2 orang dengan persentase 2%.

Table 2

Tabel Deskripsi Penelitian berdasarkan Tahun Pertama Kali Bermain Game Online

Pertama kali bermain	Jumlah Partisipan	Persentase (%)
1 - 3 tahun lalu	37	36,3%
4 - 7 tahun lalu	37	36,3%
> 7 tahun lalu	28	27,4%
Total	102	100 %

Dari data di atas dapat dilihat bahwa partisipan rata-rata bermain *game* sejak 1-3 tahun lalu sebanyak 37 orang dengan sejumlah persentase 36,3% dan sejak 4-7 tahun lalu sebanyak 37 orang dengan persentase 36,3%, sementara untuk yang bermain *game* lebih dari 7 tahun lalu sejumlah 28 orang dengan persentase 27,4%.

Table 3

Tabel Deskripsi Penelitian berdasarkan Genre Game yang dimainkan

Genre Game Online	Jumlah Partisipan	Persentase (%)
FPS (<i>First-person shooter</i>)	20	19,6%
MMORPG	17	16,7%
MOBA (<i>Multiplayer Online Battle arena</i>)	46	45,1%
Genre lainnya	19	18,6%
Total	102	100 %

Berdasarkan dari *Genre game* yang dimainkan, partisipan paling banyak yaitu dengan memainkan *game* berjenis MOBA (*Multiplayer Battle Online Area*) dengan jumlah partisipan 46 orang dan persentase 45,1%, kemudian partisipan yang bermain *game* FPS (*first person shooter*) berjumlah 20 orang dengan persentase 19,6%. Partisipan yang bermain MMORPG (*Massively Multiplayer Online Role Playing Game*) berjumlah 17 orang dengan persentase 16,7 orang,

kemudian pemain yang tidak termasuk dari *tigagenre di atas* berjumlah 19 orang dengan persentase 18,6%.

1. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk melihat apakah sebaran data terdistribusi secara normal atau tidak. Peneliti melakukan uji normalitas dengan menggunakan *Test of Normality Kolmogorov-Smirnov*. Penilaian yang digunakan untuk mengetahui normal atau tidaknya sebaran data adalah jika $p > 0,05$ maka sebarannya dinyatakan normal, sebaliknya jika $p < 0,05$ maka sebarannya dinyatakan tidak normal. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada Tabel dibawah ini.

Table 4
Hasil Uji Normalitas

Variabel	P	Kategori
Kecanduan <i>game online</i>	0,152	Normal
Kesejahteraan subjektif	0,086	Normal

Dari hasil uji normalitas pada tabel di atas menunjukkan bahwa sebaran data kecanduan *game online* dan kesejahteraan subjektif memiliki sebaran yang normal.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas dibutuhkan untuk dapat mengetahui adanya hubungan linear antara variabel yang akan diteliti. Variabel dikatakan linear apabila

nilai $p < 0,01$ sedangkan suatu hubungan antara variabel dapat tidak linier apabila nilai $p > 0,01$.

Uji linearitas ini menggunakan tes *Compare Means* dari SPSS versi 23.0 for windows. Berikut nilai linearitas dari kesejahteraan subjektif dan kecanduan *game online* yang dapat dilihat dari tabel dibawah ini.

Table 5
Tabel Hasil Uji Linearitas

Variabel	Koefisien Linearitas (F)	Signifikansi (p)	Keterangan
Kesejahteraan Subjektif Kecanduan <i>game online</i>	27,432	0,000	Linear

2. Uji Hipotesis

Setelah pengujian normalitas dan linearitas langkah selanjutnya adalah uji hipotesis untuk membuktikan hipotesis dalam penelitian ini. Berdasarkan dari hasil uji normalitas data dari kedua variabel, uji hipotesis disini menggunakan uji korelasi *Pearson*.

Table 6
Tabel Hasil Uji Hipotesis

Variabel	r	r ²	p
Kesejahteraan Subjektif Kecanduan <i>game online</i>	- 0,468	0,219	0,000

Berdasarkan dari hasil uji hipotesis yang dilakukan diperoleh data koefisien korelasi sebesar -0.468 dan $p < 0,01$. Data tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara kesejahteraan subjektif dengan kecanduan *game online*, yang artinya semakin tinggi kesejahteraan subjektif remaja maka

semakin sedikit juga kemungkinan remaja tersebut menjadi kecanduan *game online*, begitupun sebaliknya. Jadi hipotesis dari penelitian ini dapat diterima. Adapun koefisien determinasi (r^2) variabel kesejahteraan subjektif dengan kecanduan *game online* sebesar 0,219. Hal ini menunjukkan bahwa kesejahteraan subjektif memberikan sumbangan sebesar 21,9% terhadap pengurangan kecanduan *game online* pada remaja.

3. Analisis Tambahan

Table 7
Uji Beda Kecanduan Game Online Berdasarkan Lama Bermain dalam Satu Minggu

Statistik Deskriptif	Oneway Anova			
	Mean	F	p	Keterangan
1-10 jam	49,13	4,287	0,007	Ada Beda
11-20 jam	56,04			
21-30 jam	60,53			
Lebih dari 30 jam	65,00			

Berdasarkan hasil Uji beda yang dilakukan dengan *Oneway Anova* menunjukkan nilai $F= 4,287$ dengan nilai signifikansi sebesar $p = 0,007$ ($p < 0,05$) yang berarti ada perbedaan yang signifikan antara faktor lama bermain game dalam satu minggu dengan kecanduan *game online*.

Table 8
Uji Beda Kecanduan Game Online Berdasarkan Pertama Kali Bermain Game Online

Statistik Deskriptif	<i>Oneway Anova</i>			
	Mean	F	p	Keterangan
2014 - 2017	51,05			
2010 - 2013	58,37	3,232	0,044	Ada Beda
< 2010	53,71			

Berdasarkan hasil Uji beda yang dilakukan dengan *Oneway Anova* menunjukkan nilai $F= 3,232$ dengan nilai signifikansi sebesar $p = 0,044$ ($p < 0,05$) yang berarti ada perbedaan yang signifikan antara faktor pertama kali bermain *game online* dengan kecanduan *game online*.

Table 9
Uji Beda Kecanduan Game Online Berdasarkan Genre Game yang Dimainkan

Statistik Deskriptif	<i>Oneway Anova</i>			
	Mean	F	p	Keterangan
FPS	53,05			
MMORPG	59,17	4,790	0,004	Ada Beda
MOBA	56,86			
Lainnya	45,78			

Berdasarkan hasil Uji beda yang dilakukan dengan *Oneway Anova* menunjukkan nilai $F= 4,790$ dengan nilai signifikansi sebesar $p = 0,004$ ($p < 0,05$) yang berarti ada perbedaan yang signifikan antara faktor *genre game online* yang dimainkan dengan kecanduan *game online*.

Pembahasan

Penelitian ini dilakukan untuk mencari tahu apakah hipotesis yang diajukan oleh peneliti yaitu ada hubungan yang negatif antara kesejahteraan subjektif dengan kecanduan *game online* pada remaja dapat diterima atau tidak. Berdasarkan hasil hipotesis yang dilakukan peneliti, diperoleh data bahwa ada hubungan negatif antara kesejahteraan subjektif dan kecanduan *game online* pada remaja di Yogyakarta. Hubungan tersebut dapat terlihat dari hasil $r = - 0,468$ dan $p = 0,000$ ($p < 0,000$). Berarti semakin tinggi kesejahteraan subjektif pada seorang remaja maka semakin rendah remaja tersebut menjadi kecanduan *game online*.

Pada penelitian ini kesejahteraan subjektif dapat diartikan sebagai evaluasi yang dilakukan seseorang untuk dapat melihat kehidupannya apakah berjalan baik atau tidak, seseorang yang memiliki kesejahteraan subjektif yang tinggi akan menganggap bahwa kehidupannya selama ini tinggi. Selain itu Diener (2008) lebih melihat bahwa kesejahteraan subjektif dapat juga diartikan dengan kebahagiaan. Pengertian kecanduan *game online* dapat diartikan sebagai suatu perilaku yang membuat seseorang melakukan suatu kegiatan secara berulang ulang dan dapat berdampak buruk karena seseorang tersebut melakukannya dalam waktu yang lama dan sulit untuk meninggalkan kegiatan tersebut dan disini kegiatan yang dimaksud adalah bermain *game online*.

Diterimanya hipotesis dalam penelitian ini menunjukkan kesejahteraan subjektif sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi kecanduan *game online* pada remaja. Hal tersebut tentunya sejalan dengan penelitian yang banyak dilakukan oleh peneliti peneliti sebelumnya seperti penelitian yang oleh Beratis,

Janikian, Ventaurantou, Apergi, dan Pappa (2015) yang meneliti tentang *Online Game Behavior and psychosocial well-being in greek adolescents*, dalam penelitian tersebut seseorang yang sering bermain *game online* memiliki masalah pada aspek dari kesejahteraan psikologis.

Adanya hubungan antara kesejahteraan subjektif dengan kecanduan *game online* menandakan bahwa seseorang yang memiliki tingkat kebahagiaan atau kesejahteraan subjektif yang kecil akan mencari kebahagiaan melalui cara lain yang salah satunya adalah bermain *game online* secara terus menerus. Kontribusi kesejahteraan subjektif sebagai salah satu faktor pendorong seseorang menjadi kecanduan *game online* sebesar 21,9% kemudian sisanya sekitar 79,1% bisa didapatkan dari faktor lain. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Lemmens, dkk (2009) bahwa ada banyak hal yang dapat mempengaruhi seseorang menjadi kecanduan *game online* seperti kesendirian, kepuasan hidup yang rendah, sering menghabiskan waktu untuk bermain, dan keadaan emosional. Tambahan penelitian yang dilakukan peneliti disini menunjukkan bahwa kepuasan hidup berkontribusi sekitar 14,5% dalam salah satu faktor untuk mempengaruhi seseorang menjadi kecanduan *game online*.

Peneliti juga melakukan uji tambahan yaitu uji beda untuk mengetahui apakah ada faktor lain yang dapat mempengaruhi kecanduan *game online* pada remaja. Pada uji beda usia peneliti tidak menemukan perbedaan yang signifikan pada kecanduan *game online*. Jadi dalam penelitian ini usia bukan suatu faktor yang mempengaruhi kecanduan *game online* pada remaja. Uji beda lain yang dilakukan oleh peneliti tentang pendidikan terakhir juga tidak ada perbedaan yang

signifikan dengan kecanduan *game online*, hal tersebut membuktikan bahwa dalam penelitian ini faktor pendidikan terakhir bukan faktor pembeda seorang remaja menjadi kecanduan *game online*.

Uji beda berdasarkan uang saku per bulan juga tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan dengan kecanduan *game online*, jadi dalam penelitian ini faktor dari pendapatan tidak menentukan remaja dapat kecanduan *game online*. Pada uji beda tingkat kecanduan *game online* padalamanya waktu memainkan *game* dalam satu minggu. Peneliti menemukan hasil ada beda yang signifikan dari faktor lamanya waktu bermain *game* dalam satu minggu dengan nilai tertinggi yaitu seseorang yang bermain lebih dari 30 jam dalam satu minggu. Penelitian yang dilakukan oleh Lemmens, Stevan, dan Hendriks (2016) dengan judul *Addictive online games: Examining the relationship between game genres and internet gaming disorder* juga menunjukkan adanya beda dari waktu yang dihabiskan seseorang untuk bermain *game* dalam seminggu dengan minat menjadi kecanduan bermain *game online* maupun *offline*. Hal tersebut menunjukkan bahwa faktor perbedaan lamanya waktu bermain *game online* berpengaruh terhadap tingkat kecanduan *game online* pada remaja.

Pada uji beda data tahun pertama kali memainkan *game online* juga menunjukkan perbedaan yang signifikan. Dari data di atas menunjukkan bahwa faktor tahun pertama kali bermain *game* dapat menentukan tingkat kecanduan *game online* pada partisipan, dengan nilai paling tinggi berada pada partisipan yang bermain *game online* antara tahun 2010-2014. Penelitian dari Pontes dan Griffiths (2015) dengan judul *measuring DSM-5 internet disorder: Development*

and validation of a short psychometric scale juga menunjukkan ada beda dari seseorang pertama kali memainkan *game online*.

Uji beda lain yang menunjukkan perbedaan adalah *genre game* yang dimainkan. Menurut peneliti hal tersebut dapat terjadi karena dalam setiap *genre* dalam *game online* berbeda cara memainkannya dan berbeda juga tujuan untuk memainkannya sehingga pada permainan berjenis MMORPG, MOBA, atau FPS lebih membuat seseorang menjadi kecanduan *game online*. Seperti yang dinyatakan oleh Yee (2002) yaitu banyak faktor yang dapat menjadikan seseorang bermain MMORPG dan sulit berhenti setelah bermain. Selain itu penelitian dari Lemmens, Stevan, dan Hendriks (2016) mengungkapkan bahwa terdapat korelasi antara setiap *genre* dalam permainan baik *online* maupun *offline* pada kecanduan *game online*.

Pada uji beda berdasarkan perangkat yang digunakan untuk bermain *game online*, peneliti tidak menemukan perbedaan yang signifikan dengan kecanduan *game online*, sehingga dalam penelitian ini dapat dinyatakan bahwa faktor dari perangkat untuk bermain *game online* tidak menunjukkan perbedaan.

Bermain *game online* memang dapat memberi kesenangan akan tetapi jika seseorang bermain *game* terlalu lama dan melupakan banyak keperluan yang penting dalam hidupnya *game online* dapat menjadi masalah seperti yang diterangkan APA dalam DSM V. Selain dalam pandangan psikologi, dalam pandangan islam juga tidak baik untuk melakukan sesuatu yang memberi sedikit manfaat dan banyak tidak memberi manfaat. Seperti yang diterangkan dalam hadits ini :

"Sesungguhnya diantara bagusnya keimanan seseorang adalah meninggalkan apa yang tidak bermanfaat baginya (HR. Tirmidzi no. 2317, dan Ibnu Majah no. 3976. dalam Al-Albani)

Dari hadist diatas menyatakan bahwa bagusnya keimanan seseorang adalah meninggalkan apa yang tidak bermanfaat baginya. Pada pembahasan dalam penelitian ini, bermain *game online* hanya memberikan sedikit manfaat seperti memberi kesenangan dan lebih banyak membawa hal yang tidak bermanfaat, seseorang yang bermain *game online* juga lebih banyak melakukan hal yang tidak penting dalam waktu yang lama dan meninggalkan banyak hal yang penting, dalam ajaran agama islam juga seorang muslim dianjurkan untuk mengisi waktunya untuk beribadah dan mengerjakan amal saleh. Sementara saat seseorang kecanduan *game online* orang tersebut hanya akan menghabiskan banyak waktunya di *game online*.

Hadits lain yang mengajarkan kita untuk dapat memanfaatkan waktu dengan baik yaitu :

"Manfaatkanlah lima perkara sebelum datang lima perkara. (1) Masa mudamu sebelum datang masa tuamu. (2) Waktu sehatmu sebelum datang waktu sakitmu. (3) Masa kayamu sebelum datang masa kefakiranmu. (4) Masa luangmu sebelum datang masa sibukmu. (5) Masa hidupmu sebelum datang masa kematianmu."(HR. Al Hakim dalam Al Mustadroknya 4: 341, dalam Tausikal, 2013)

Ibnu Rajab menjelaskan (dalam Tausikal, 2013) apabila saat muda kita malas beribadah jangan harap waktu tua bisa giat, jika saat sehat malas sholat maka jangan harap waktu susah saat sakit bisa semangat. Jika kaya malas bersedekat, jangan harap saat miskin bisa mengeluarkan harta untuk kebaikan. Saat waktu luang enggan mempelajari ilmu agama, jangan harap saat sibuk bisa duduk

dan menyempatkan diri untuk meraih ilmu. Jika saat hidup sudah enggan bertakwa dan mengenakan hijab, apa harus menunggu mati untuk bertobat.

Pada penjelasan diatas selagi masih muda seseorang diharuskan untuk mengerjakan ibadah, tetapi jika seseorang sudah kecanduan *game online*, mereka akan lebih banyak menghabiskan waktunya untuk bermain *game* daripada beribadah. Penjelasan diatas juga menjelaskan jika seseorang harus menggunakan waktu luangnya untuk mencari ilmu agama, saat seseorang bermain *game online* orang tersebut akan menghabiskan waktu luangnya untuk bermain *game* dan menghabiskan waktu sibuknya juga untuk bermain *game* (menggunkan waktu yang seharusnya digunakan untuk sekolah tetapi malah bermain *game*).

Inti dari hadits diatas adalah peringatan untuk kita semua agar dapat memanfaatkan waktu untuk beribadah dan mengerjakan amalan yang baik sebelum datang waktu ketika kita tidak bisa lagi mengerjakan ibadah dan beramal. Jika saat masih muda dan masih memiliki waktu luang kita habiskan untuk kegiatan yang kurang bermanfaat apakah kita harus menunggu mati sebagai peringatan yang jelas. Waktu bagaikan pedang, jika engkau tidak menggunakannya, maka ia yang akan menebasmu (Imam Syafi'i, dalam Tusikal, 2012).

Selama melakukan penelitian ini peneliti menyadari bahwa masih banyak kelemahan penelitian ini diantaranya keberagaman partisipan yang kurang karena dalam penelitian ini peneliti hanya mendapatkan 6 orang partisipan perempuan, padahal peneliti ingin mengetahui apakah ada perbedaan antara laki-laki dan perempuan dalam kecanduan *game online*. Selain itu keterbatasan peneliti dalam

pengawasan partisipan dalam mengisi kuisioner sehingga peneliti tidak tahu apakah partisipan mengisi kuisioner dengan sejujur jujurnya.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian maka diperoleh kesimpulan bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan antara kesejahteraan subjektif dan kecanduan *game online* pada remaja. Jadi, semakin tinggi kesejahteraan subjektif seseorang maka semakin rendah kecanduan *game online* yang dialami seseorang tersebut. Oleh karena itu, hipotesis pada penelitian ini yaitu hubungan antara kesejahteraan subjektif dengan kecanduan *game online* pada remaja di Yogyakarta diterima.

Berdasarkan hasil penelitian maka diperoleh kesimpulan bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan antara kesejahteraan subjektif dan kecanduan *game online* pada remaja. Jadi, semakin tinggi kesejahteraan subjektif seseorang maka semakin rendah kecanduan *game online* yang dialami seseorang tersebut. Oleh karena itu, hipotesis pada penelitian ini yaitu hubungan antara kesejahteraan subjektif dengan kecanduan *game online* pada remaja di Yogyakarta diterima.

Saran

Penelitian ini sudah dilakukan semaksimal mungkin akan tetapi peneliti sadar masih ada kekurangan, oleh karena itu peneliti memberikan saran sebagai berikut:

A. Untuk Remaja

Diharapkan bisa mencari kegiatan yang bermanfaat dan meningkatkan kebahagiaan dan kesejahteraan subjektif agar tidak menjadi kecanduan *game*

online. Bermain *game online* memang menyenangkan akan tetapi bila bermain tanpa kenal waktu hingga menjadi kecanduan dapat menyebabkan masalah di masa depan.

B. Untuk Penelitian Selanjutnya

Diharap bisa meneruskan penelitian ini dan mengembangkan penelitian terhadap *game online* karena peneliti merasa belum terlalu banyak mahasiswa psikologi yang meneliti tentang *game online*, selain itu diharapkan penelitian selanjutnya meneliti tentang kesejahteraan subjektif pada *gamer* profesional.

DAFTAR PUSTAKA

- American Psychiatric Association, 2013. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*, Fifth Edition (DSM-5)
- Angela. (2013). Pengaruh *Game Online* Terhadap Motivasi Belajar Siswa Sdn 015 Kelurahan Sidomulyo Kecamatan Samarinda Ilir. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 1 (2) ,532-544.
- APJII (Asosiasi Pengusaha Internet Indonesia). Diakses pada 24 Mei 2017. Profil Pengguna Internet Indonesia 2016. <http://www.apjii.or.id/>
- Brian & Peter. (2005). Addiction To The Internet And Online Gaming. *Cyber psychology & behavior*, 8(2), 110-113.
- Diener, E. (2009). *The Science of Subjective Well-Being: The Collected Work of Ed Diener*. Netherlands: Springer.
- Diener, E., Emmons, R, A., Larsen, R. J., & Griffen, S. (1985). The Satisfaction Life Scale. *Journal Of Personality Assessment*. 49, 71-75.
- Diener, E., & Pavot, W. (2008). The Satisfaction With Life Scale and Emerging Construct of Life Satisfaction. *Journal of positive Psychology*, 3, 136-152
- Harsono, M. (2014). Pengaruh Bermain *Game* terhadap Perkembangan Remaja, SuryaUniversity, Serpong.
- Horrigan, J, B. (2002). New Internet Users: What They Do Online, What They Dont, and Implications for the Nets Future. *Pew Internet and American Life Project*, 1-27
- Lemmens, J, S, P., Stefan, J. F., & Hendriks. (2016). Addictive Online Games: Examining the Relationship Between Game Genres and Internet Gaming Disorder. *Cyberpsychology, Behavior, And Social Networking*. 0(0).1-6.
- Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., Peter, J. (2009). Development And Validation Of A Game Addiction Scale For Adolescents. *Media Psychology*, 12 (1), 77- 95.
- Pappa, A., Beratis, I,N., Janikian, F,S., Apergi, F,S., Ventaurantou,R.(2015). Online Game Behavior And Psychosocial Well-Being InGreekAdolescents. *The European of Social And Behavioral Sciences*, 15, 1898 -1998.

- Pontes M, H., & Griffiths M, D. (2015). Measuring DSM-5 Internet Gaming Disorder: Development And Validation Of A Short Psychometric Scale. *Computers in Human Behavior*, 45, 137-143.
- Tausika, M, A. Memanfaatkan 5 perkara sebelum menyesal. Diakses pada 20 Februari 2018 .<https://rumaysho.com/5022-memanfaatkanlah-5-perkara-sebelum-menyasal.html>.
- Tausika, M, A. Waktu laksana pedang. Diakses pada 20 Februari 2018. <https://rumaysho.com/2782-waktu-laksana-pedang-2.html>.
- Yee, N. 2002. Understanding MMORPG addiction. *Ariadne*, 1-16.
- Young, K.(2009). Understanding Online Gaming Addiction And Treatment Issues For Adolescents. *The American Journal of Family Therapy*, 37, 355-372.